



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«ОЖПО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

(ФГБОУ ВО «ОУрГГПУ»)

Факультет заочного обучения и дистанционных образовательных
технологий

Кафедра социально-педагогического образования

Подвижные игры как универсальное средство развития
двигательных способностей детей младшего школьного
возраста

Выпускная квалификационная работа по
направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Направленность программы бакалавриата
«Физкультурное образование»

Выполнил:

студент ЗФ-414-113-4-1 Ме группы

Проверка на объем заимствований:

85,67% авторского текста

Германов Вадим Викторович

Работа рекомендована

Научный руководитель: к.п.н., доцент

Хабидуллин Фаргат Халиятович

к защите:

15 106 2017г.

Зав. кафедрой СПО д.ф.н.,
доцент Иванова О.О.

Челябинск

2017

Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Научно-теоретические аспекты использования подвижных игр в учебно-воспитательном процессе младших школьников	
1.1. Значение подвижных игр в формировании гармонично развитой личности.....	5
1.2. Классификация подвижных игр младших школьников и их назначения.....	19
Выводы по главе 1.....	28
Глава 2. Организация проведения подвижных игр.....	30
2.1 Необходимость использования народных, подвижных спортивных игр.....	30
2.2 Характеристика и структура игр.....	32
2.3 Управление игрой. Правила игры. Распределение игроков на команды.....	38
2.4. Особенности методики развития основных физических качеств у младших школьников.....	40
Выводы по главе 2.....	58
Список литературы.....	61

Введение

Растущий объем информации, продолжающаяся модернизация учебных программ, широкое использование транспортных и иных технических средств, оказывает вредное влияние на двигательную активность школьников. В современном обществе существует противоречие между требованиями к физической подготовке детей и их образами жизни. Природные условия и образование ограничивают двигательную активность и не обеспечивают необходимую скорость, которая может значительно повысить производительность жизненно важных двигательных навыков. Поэтому необходимо найти средства и наиболее подходящие методы для повышения физической подготовки детей младшего школьного возраста.

Школьный возраст является критическим периодом в жизни каждого ребенка в формировании физического компонента здоровья и культурных навыков, которые гарантируют его укрепление, совершенствование и сохранение в будущем. Таким образом, в результате физического воспитания школьников появляется необходимость профессиональной подготовки, основы физического воспитания.

Игра представляет собой вид деятельности, которая является сознательная деятельность и инициативы для достижения условной цели, установленной добровольно самим игроком. В игре все физические и духовные потребности ребенка удовлетворяются, в ней формируются его ум и волевые качества. Единственной формой деятельности ребенка является игра, которая, в любом случае, является его организацией. В игре ребенок ищет и часто находит своеобразную платформу работы по воспитанию его моральных и физических качеств, так же его организм требует выхода в деятельности, соответствующий его внутреннему состоянию. Таким образом, через игру, можно повлиять на коллектив детей, при этом избегая прямого давления, наказания, излишней нервозности.

Анализ обработанной литературы показал, что этот вопрос в достаточной степени изучен, но все равно требует более совершенного изучения и дальнейшего развития. Из всего, что было сказано выше, можно увидеть актуальность вопроса темы, выбранной нами.

Объект исследования: дети младшего школьного возраста.

Предмет исследования: организация и проведение игр в области физического воспитания как фактор улучшения физических качеств детей младшего возраста.

Цель исследования состояла в том, чтобы провести исследование влияния игр на развитие физических качеств детей младшего школьного возраста.

Основные задания:

- 1) рассмотреть теоретические аспекты влияния игр на развитие физических качеств у детей младшего школьного возраста;
- 2) изучить методологию реализации различных игр на развитие физических качеств у детей младшего школьного возраста;
- 3) выводы по результатам исследования.

Методы исследования:

- 1) анализ психологической, педагогической и методической литературы.

Глава 1. Научно-теоретические аспекты использования подвижных игр в учебно-воспитательном процессе младших школьников

1.1. Значение подвижных игр в формировании гармонично развитой личности.

В современных условиях воспитания целенаправленная деятельность призвана решать проблемы важного социального значения. Дальнейшее развитие общества обуславливает возникновение новых задач, решение которых зависит от социальной активности каждого его члена.

Именно старший дошкольный и младший школьный возраст - весомое звено в системе непрерывного воспитания, способствует становлению и развитию личности, формированию здорового образа жизни. Это осуществляется в семье, детских учреждениях, школе в общении с окружающей средой и имеет целью обеспечение физического и психического здоровья детей, их полноценного развития, готовности к усвоению школьной программы, приобретения и обеспечения жизненного и социального опыта. Практика и научные исследования утверждают единство общественного и семейного влияния воспитания на полноценное физическое и духовное развитие ребенка.

Вместе с тем в этот период проходит интенсивное развитие организма. Потребность в движениях, повышение двигательной активности является наиболее важной биологической особенностью детского организма в возрасте 7-9 лет.

Обучение и воспитание детей - это педагогический процесс, направленный на формирование и закрепление возможностей заботы о собственном здоровье, работоспособность, выработка навыков организации и объема повседневной физической активности. В этом возрасте закладываются основы сознательного отношения детей к собственной

физической подготовленности, осознание необходимости двигательной активности.

Физическое воспитание в учебно-воспитательном процессе младших школьников как составная часть общей системы образования должна заложить основы обеспечения и развития физического и нравственного здоровья, комплексного подхода к формированию умственных и физических качеств личности. Оно должно способствовать совершенствованию физической и психологической подготовки к активной жизни и профессиональной деятельности на принципах индивидуального подхода, приоритета оздоровительной направленности, широкого использования различных средств и форм физического совершенствования, непрерывности этого процесса.

Изучение и анализ важнейших достижений психолого-педагогической литературы свидетельствуют, что именно этот период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни, фундаментом для гармоничного развития личности, а младший школьный возраст - это одна из основных звеньев его строительства.

Именно в этом возрасте двигательная подготовленность является одним из основных факторов, определяющих уровень физического развития и состояния здоровья детей (В. Бальсевич, В. А. Запорожанов, 1987). Реализация необходимого уровня двигательной подготовленности детей является основой нормального развития организма, стимулирование его адаптированных организмов.

Известно, что одной из причин отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья детей является недостаточная двигательная активность, объем которой с каждым годом уменьшается. Мало внимания двигательному режиму детей уделяют родители и близкие люди, которые их окружают. Поэтому важно своевременно сформировать у детей потребность в систематической физической подвижности. Наиболее благоприятным для этого есть младший школьный возраст, который

наращивает фундамент, заложенный в старшем дошкольном возрасте. В настоящее время эту проблему решают только учебные заведения, которые обеспечены кадрами и материальной базой, где есть необходимые условия для полноценного физического воспитания.

Проблема физического воспитания личности столь же древняя, как и вопросы воспитания вообще. Предыстория физической культуры уходит в тот период, когда вся, без исключения, физическая и умственная деятельность человека ограничивалась непосредственным обеспечением условий ее существования. Основные средства к существованию первобытного человека давали охота, собирательство, а также рыболовство. Значение каждого из этих занятий менялось в зависимости от окружающей среды, физического и умственного развития первобытных людей.

В течение тысячелетий происходили значительные изменения в природных условиях, в результате которых возникали, развивались и прекращали свое существование различные общности людей. На этапе зарождения родового строя (9-8 тис. до н.э) происходила эволюция людей, совершенствовалась строение их тела, умственные способности. Большую роль в развитии первобытных людей играли элементы физического воспитания.

Возникновению первобытных форм физической культуры присуще желание человека участвовать в игровой деятельности, которая обязательно сопровождается двигательной активностью. На разных стадиях развития культуры, подвижные игры и физические упражнения выступают как неотъемлемые органические составляющие магических и культовых действий, которыми сопровождаются практически все без исключения значимые для общества того события.

Известно, что у восточных славян высоко ценилась двигательная деятельность (археологические раскопки доносят нам сейчас древние свидетельства о первых подвижных играх - "подвижные", "бегунки", "ходунки"). Все это подтверждает, что наши древние предки беспокоились

о физическом развитии своих детей, воспитания их двигательных качеств с помощью подвижных игр. В этих играх, хороводах, танцах отражаются традиции нашего народа, особенности его культуры и быта, одновременно - забота о здоровье подрастающего поколения. Мощным средством воспитания в первые годы жизни ребенка всегда были подвижные игры, забавы с ходьбой, бегом, с прыжками, метанием и ловлей предметов и т.д.

Выдающийся чешский педагог Ян Амос Коменский высоко оценивал роль игр. Он утверждал, что игры необходимы для решения оздоровительных, учебных и воспитательных задач.

Подчеркивая большое значение правильного управления играми со стороны старших, Ян Амос Коменский говорил, что при сохранении необходимых условий игра должна развивать здоровье, или быть отдыхом для ума. Согласно его советам следует использовать народные игры. Игры должны соответствовать возрасту. Украшением игры Ян Амос Коменский считал «подвижность тела», жизнерадостность, сохранение правил, достижения успеха. В играх он осуждал вялость, крик, недоброжелательные отношения между игроками.

Епифаний Славинецкий в своем оригинальном педагогическом произведении «Гражданство обычаев детских» обратил внимание на то, что занятия играми должны укреплять здоровье и развивать физические силы детей. Он обращал внимание на то, что, играя честно, необходимо воспитывать благоразумие, сдержанность, бескорыстие. Игроки должны проявлять настойчивость, приучаться к современным действиям, уважать более слабых игроков.

Швейцарский педагог Иоганн Генрих Песталоцци считал, что в свободное от учебы время игры могут служить разумным развлечением. В играх, указывал автор, лучше всего познается характер и наклонности ребенка. Высоко оценивал подвижные игры, которые вызывают у детей положительные эмоции, игры, в которых дети чувствовали себя непринужденно и в полной мере проявляли свое внутреннее «Я».

К.И. Грум - пропагандировал идею использования подвижных игр для достижения гигиенических, воспитательных и учебных задач в их взаимодействии. Он давал методический анализ игры как средство физического воспитания, и рекомендовал производить у детей разные умения в подвижных играх, которые будут помогать в обучении сложных движений.

Сохраняют свое значение мысли К.Д. Ушинского по вопросам применения народных подвижных игр, а также игр с образными сюжетами на занятиях со школьниками младшего школьного возраста.

Научные исследования в области педагогики и психологии обнаружили сильное желание у ребенка - это желание игровой деятельности (Л. С. Выготский). Ребенок движется во время игры, она вкладывает в него свою энергию, проявляет творчество и настойчивость. Национальные игры создают лучшие условия для формирования и совершенствования двигательных умений и навыков, способствующих развитию телесных и духовных сил, воспитывают положительные черты характера.

Разнообразные подвижные игры как средства воспитания детей высоко оценивались выдающимися педагогами и психологами. Подчеркивая педагогическую направленность народных игр, А.П. Усова писала: "В народных играх нет даже тени педагогической назойливости, и вместе с тем все они вполне педагогические.

В. Скуратовский отмечает, что народные игры открывают историю своего народа, учат любить народных героев, развивают умственные способности. "Для многих детей такие забавы были не только формой досуга, но и своеобразной школой, где усваивались первые азбуки науки.

В двухтомном труде «Руководство к физическому образованию детей школьного возраста» (1888-1901) российский ученый П.Ф. Лесгафт разработал оригинальную систему физического воспитания. При этом педагог акцентировал внимание на необходимость введения физического

воспитания и в учебно-воспитательных учреждениях, рассматривая его в единстве с умственным воспитанием.

В работе "Семейное воспитание ребенка и его значение" (1885-1890 гг.) П.Ф. Лесгафт выражает мнение о том, что будущий человек формируется с первых дней жизни и на развитие ребенка напрямую влияет двигательная активность. Испорченность ребенка - результат не врожденных качеств, а педагогических ошибок, которые готовят ребенку "горькое будущее".

П.Ф. Лесгафт признавал, что подвижная игра одна из важных средств физического воспитания. Ученый указывал, что в процессе игры ребенок учится справляться с трудностями. Методика организации игры, разработанная педагогом, действует и в настоящее время.

Прежде всего, в ней предусмотрены следующие требования:

- игра должна решать определенную задачу;
- в проведении игр следует придерживаться систематичности и последовательности;
- организационная деятельность педагогов или родителей должна быть направлена на повышение активности и самостоятельности участников игры.

Идея гармоничного развития личности, развитая П.Ф.Лесгафт, импонировала выдающемуся украинскому педагогу С.Ф. Русовой. Исследовательница в свое время неоднократно подчеркивала основательность системы физического воспитания русского ученого.

Идеи П. Лесгафта положены в основу концепции физического воспитания С. Русовой. Заслуживают внимания мысли ученого относительно детских подвижных игр и основные методические принципы их проведения. С. Русова поддерживает мнение П. Лесгафта о целесообразности сочетания физического развития и труда "Для социального воспитания ребенка лучшее средство - это детская игра и совместная работа". В многочисленных трудах по проблемам дошкольного

воспитания, практических советах С. Русова предлагала игры, гимнастические забавы, подвижные с песнями и танцами, конкретные виды труда.

В педагогической концепции А.С. Макаренко главное место занимают вопросы физического и эстетического воспитания детей. В определении задач школы ученый исходил из позиции о необходимости воспитания здорового поколения, способного сознательно, энергично и успешно участвовать в становлении нового общества.

В педагогической практике ученого широко использовались такие средства физического воспитания как прогулки, игры, гимнастика, спорт, труд. Значительное место физическое воспитание занимает в разработанной А.С. Макаренко системе семейного воспитания. Многочисленные труды ученого по вопросам семейного и общественного воспитания дали начало для нынешней разработки и практического воплощения идеи взаимодействия семьи и школы с применением средств физического воспитания (подвижных игр).

Одной из форм физического воспитания детей в семье есть игры. А.С. Макаренко большое значение придавал играм, в частности, подвижным. Ученый считал, что нужно удовлетворить желание ребенка играть, и не просто поиграть, а необходимо заполнить игрой всю его жизнь.

Результаты научных исследований и публикаций (А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский и др) воспитательные игры показывают, что в детском возрасте - это работа, в которой дети растут, приобретая необходимые умения и навыки. Через игру можно воспитать у ребенка те свойства характера и поведения, которые нужны взрослому человеку. Именно в игре проявляются способности и наклонности ребенка. Они несут в себе ценное и положительное, что накопил народ за свою многовековую историю.

По мнению В.А. Сухомлинского, "Игра - это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается питающий поток

представлений, понятий об окружающем мире. Игра - это искра, зажигает огонек любознательности».

Игра - предмет исследования многих наук: философии, педагогики, психологии, этнографии, культурологии, биологии и т. д. Научные труды Л. Выготского, С. Рубинштейна, В. Сухомлинского и др. свидетельствуют о том, что игра в истории общества и в жизни человека - явление социальное.

В.А. Сухомлинский отмечал, что детская радость является мощным стимулом формирования эстетических, нравственных и физических качеств человека. "Забота о здоровье - это важнейшая цель воспитателя. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в их силы".

В педагогической теории В.А. Сухомлинского значительное место занимает проблема физического воспитания, охраны здоровья детей. Ученый был активным пропагандистом средств физического воспитания и укрепления здоровья, заимствованных из народной педагогики: подвижные игры, хождение летом босиком, купание в открытых водоемах, физический труд и сна на свежем воздухе, правильный режим питания. Педагог много внимания уделял конкретным вопросам физического воспитания детей, рассматривая его как неотъемлемую составляющую всестороннего развития личности.

В исследованиях многих ученых отмечается, что подвижные игры - это естественная биологическая необходимость, степень удовлетворения которой во многом определяет структурное и функциональное развитие организма детей. Ведь правильно организованная двигательная активность в детстве создает предпосылки для нормальной жизнедеятельности организма человека во взрослом возрасте. Она выполняет роль регулятора роста молодого организма, является необходимым условием для становления и совершенствования ребенка как биологического существа и социального субъекта (В. Бальсевич, 1987; П. Апанасенко, 1989, В.П.Войтенко, 1991; Е.С. Вильчковский, 1998).

Двигательная деятельность - это один из основных стимулов развития структур и функций детского организма и развития резервных механизмов физиологических систем. Движения в значительной степени влияют на состояние здоровья и работоспособность детей младшего школьного возраста.

Талантливый ученый, детский врач и педагог Е.А. Покровский отмечал о необходимости специального изучения подвижных игр как отдельной отрасли знаний. Он выступал за широкое использование их в практике физического воспитания детей и утверждал, что они непосредственно влияют на развитие организма человека и могут служить подготовкой к жизни. Ученый придавал большое значение физическому воспитанию детей именно младшего школьного возраста, его влияния на умственное развитие.

Высказывания педагога-демократа Н.Ф. Бунакова по вопросам творческого создания новых подвижных игр были не только передовыми для своего времени, но и сохраняли свою ценность и для нас.

Подвижные игры, по мнению Н.Ф. Бунакова, есть педагогическими материалами. На основе наблюдений за самостоятельными занятиями детей возможно, выбрав ту или иную игру, увидеть, полностью она отвечает педагогическим задачам. При необходимости такую игру, взятую из жизни, следует изменить, дополнить или сократить, творчески создать новую, более совершенную.

Высказывания педагога-демократа Н.Ф. Бунакова по вопросам творческого создания новых подвижных игр были не только передовыми для своего времени, но и сохраняли свою ценность и для нас.

Подвижные игры, по мнению Н.Ф. Бунакова, есть педагогическими материалами. На основе наблюдений за самостоятельными занятиями детей возможно, выбрав ту или иную игру, увидеть, полностью она отвечает педагогическим задачам. При необходимости такую игру, взятую из жизни,

следует изменить, дополнить или сократить, творчески создать новую, более совершенную.

Итак, понятие "игра" - очень широкое и многогранное, поэтому существует немало подходов, к его определению. Обобщая мнения выдающихся ученых, взгляды современных специалистов, можно констатировать, что игра рассматривается как определенная деятельность ребенка, направленная на удовлетворение его интересов и потребностей, а также - на эффективность физического развития и развития всесторонне развитой личности.

Вопрос о роли игры, в частности подвижной, как вида и метода обучения, раскрыты во многих трудах педагогов: Л.В. Артемовой [3], Р.С. Буне [8] и др.

В педагогике игра рассматривается как исторически сложившееся социальное явление, особый вид деятельности человека, где творчески прямо или косвенно отражаются явления окружающей действительности (труд и быт людей, имитация движений животных и др.). Игры, в которых ярко выявлена роль движений, носят общее условное наименование «подвижных игр».

Подвижные игры - сложная двигательная, эмоционально окрашенная деятельность. Обусловлена точно установленным правилам, которые помогают выявить ее конечный итог или количественный результат.

Это один из важных средств всестороннего воспитания детей младшего школьного возраста. Характерная особенность их - комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка. В игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность двигательного характера и положительные эмоции, вызванные ею, усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем.

Неожиданные ситуации, возникшие во время игры, приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки и умения.

В подвижных играх создаются благоприятные условия для воспитания физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости). Например, для того чтобы уйти от ведущего, нужно проявить находчивость, а спасаясь от него, бежать как можно быстрее. Дети, увлеченные содержанием игры, могут выполнять одни и те же движения с интересом и к тому же много раз, не замечая усталости. А это в конце концов способствует развитию выносливости.

Во время игры дети действуют в соответствии с правилами-требований, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение игроков и способствуют выработке таких качеств, как взаимопомощь, коллективизм, честность, дисциплинированность. Вместе с тем потребность выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные во время игры, способствует воспитанию волевых качеств - выдержки, смелости, решительности.

В играх воспитывается любовь к труду. Подготовка мест для проведения игр, раздача и уборка спортивного оборудования, или несложный его ремонт, ужесточение правил игры, введение новых препятствий - все это готовит детей к труду и др. видов деятельности.

В играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достичь определенной цели. Быстрая и время неожиданное изменение условий заставляет детей искать все новые и новые пути решения задач, стоящих перед ними. Именно это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества и смекалки [10,17,21,28].

Некоторые игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая различные действия, дети на практике используют свои

знания о поведении животных, птиц и насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике ("Кот и мыши", "Гуси-гуси", "Эстафета на лыжах »).

При правильной организации игры дети приобретают навыки культурного поведения, у них формируются понятия о взаимоотношениях людей и чувство высокой ответственности за свои поступки. Игра является также одним из лучших средств отдыха, то есть выполняет основные задачи рекреации.

Результаты научных исследований, опыт работы и личные наблюдения утверждают, что подвижные игры имеют оздоровительное, образовательное и воспитательное значение.

Оздоровительное значение игр заключается в том, что они направлены на укрепление и сохранение здоровья, профилактику наиболее распространенных заболеваний, а также:

- Способствуют гармоничному развитию организма школьника;
- Формируют правильную осанку;
- Закаляют организм;
- Повышают работоспособность и сопротивляемость к воздействию внешних негативов.

Большой оздоровительный эффект имеет проведение подвижных игр на свежем воздухе независимо от времени года. Это укрепляет мускулатуру, улучшает деятельность дыхательной, сердечно-сосудистой системы, увеличивает подвижность суставов и прочность связок, стимулирует обменные процессы, положительно влияет на нервную систему, повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям.

Большинство школ не имеют спортивных залов (особенно - сельских). Выход только один: летом и зимой, весной и осенью проводить уроки физической культуры на свежем воздухе. При этом все ученики и учитель должны быть одеты в спортивную форму. При перемене погоды

соответственно изменяется одежда, должен обеспечить свободу движений, надежно предотвращать охлаждению и перегрева.

Одежда учащихся при плюсовой температуре должна быть такой: футболка или майка, спортивный костюм или шорты, носки, кроссовки или кеды. В ветреную погоду можно надеть специальную куртку (ветровку), повязку на голову или тоненькую шапочку.

Одежда при низкой температуре: футболка с длинным рукавом, теплый трикотажный спортивный костюм, шерстяные носки, кроссовки, куртка, шапка и варежки.

То есть, участники и руководители игры должны внимательно подходить к подбору игр, места их проведения, согласно природных и климатических условий.

Образовательное значение игр очень разнообразно. Систематическое их применение значительно расширяет подвижные возможности детей, обеспечивает полноценное усвоение жизненно важных движений - прыжков, бега, метания и др. В игровых условиях эти движения совершенствуются и превращаются в навыки, дают возможность выполнять двигательные действия, несмотря на смену окружающей среды. Одновременно совершенствуются восприятие и реагирование - важные задачи в повседневной жизни, развивается умение анализировать и принимать правильное решение, что положительно влияет на формирование мыслительных процессов.

Игра моделирует многие виды спортивной деятельности, дает простор для развития основных естественных движений, а потому и является эффективным средством усвоения таких разделов школьной программы, как легкая атлетика, лыжи, плавание, спортивные игры.

Итак, образовательное значение игр заключается в том, что они:

- Формируют двигательные умения и навыки в беге, прыжках, метании;

- Развивают основные физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость, гибкость)
- Дают основы знаний по физической культуре и спорту, валеологии, народоведения, истории родного края.

Во время проведения подвижных игр ученики повторяют, закрепляют, совершенствуют двигательные умения и навыки, развивают физические качества.

Итак, правильно методически построен урок с применением игр и эстафет дает возможность с большой эффективностью решать учебные задачи.

Воспитательное значение игр связано с характером двигательной деятельности, которая проходит в изменяющихся условиях и при активном содружестве игроков. Содержание игры - это борьба с препятствиями, которые постоянно возникают. При таких условиях правильное руководство поведением игроков способствует воспитанию нравственных и волевых качеств. Среди них наиболее активно формируются коллективизм, дисциплинированность, организованность, инициативность, решительность, смелость, настойчивость.

Следует отметить, что все подвижные игры прививают любовь к ежедневным и систематическим занятиям физическими упражнениями, желание заниматься физической культурой.

Игры приучают преодолевать психические и физические нагрузки, создают у детей бодрое настроение.

В своей работе «Сердце отдаю детям» - Сухомлинский сказал, что в «игре раскрывается перед детьми мир, раскрываются творческие особенности».

Следует заметить, что подвижные игры имеют свои недостатки, на которые необходимо обращать особое внимание. Основной из них - ограничение возможности регулирования нагрузки. Это ответственное дело, ведь продолжительность игры и нагрузки учеников в каждом

конкретном случае определяют в зависимости от задач игры, места проведения и подготовленности школьников.

Положительные стороны подвижных игр:

- Большая эмоциональность;
- Относительная самостоятельность в решении поставленных задач;
- Максимально раскрываются функциональные и психические силы учеников.

Итак, подвижная игра является необходимым средством не только физического воспитания, но и нравственного, эстетического, трудового и умственного.

Анализ психолого-педагогической литературы убедительно свидетельствует, что теоретические основы исследуемого феномена обоснованные как народной, так и научной педагогикой с использованием передового европейского и национального педагогического опыта. И именно система школьного образования предусматривает использование в учебном и воспитательном процессах широких форм и средств воздействия на гармоничное развитие личности, среди которых важное место отводится подвижным играм.

1.2. Классификация подвижных игр младших школьников и их назначения

В современных научных исследованиях раскрываются анатомо-физиологические, гигиенические, психолого-педагогические и социальные основы всестороннего развития различных возрастных категорий, в том числе и младших школьников. Основной тенденцией исследований последних лет является акцент на сочетание необходимости укрепления здоровья детей, их физического развития в сегодняшних условиях с богатым опытом народных подвижных игр в прошлом (А.Я. Вольчинский, А.В.

Цьось) и введением инноваций и новейших технологий на современном этапе (А.Д. Дубогай, Р.З. Поташнюк).

Все педагогические задачи (воспитательные, оздоровительные и образовательные), которые решаются при проведении подвижных игр, определяются требованиями дальнейшего повышения уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста и функциональных возможностей их организма. В этом достигается целенаправленный подбор подвижных игр.

Особое место в этом аспекте занимают подвижные игры, предусмотренные школьной программой обучения в школе, в частности, в младших классах, используют на уроках и во внеурочное время. Это способствует расширению двигательной активности школьников, повышению уровня их физической подготовки, развития организма в целом. Регулярные занятия и уроки с применением различных игр готовят детей к усиленным умственным и моральным нагрузкам. Поэтому следует внимательно подходить к подбору игр и места применения в учебно-воспитательном процессе.

Научные исследования раскрывают разделение игр на определенные виды и группы в зависимости от их признаков, времени и места прохождения в режиме дня младших школьников.

Выделяют две основные группы игр - некомандные и командные. Кроме того, есть еще небольшая группа игр промежуточного характера. Некомандные игры делятся на игры с ведущими и без ведущих; а командные - на игры с одновременным участием всех игроков или поочередной (эстафеты). Командные игры разделяют также по степени контакта соперников - непосредственного (физическое борьба) или же только опосредованного (условиями) игры.

В основу детальной классификации игр положено - двигательные действия. Различают игры имитационные (с подражательными действиями), с перебежкой, преодолением препятствий, с мячом, палками и

другими предметами, ориентировочные (по слуховым и зрительным сигналам) и другие. Достаточно сложные игры на местности, для проведения которых необходима специальная подготовка. Все чаще используются различные подготовительные (упрощенные) игры. Они дают детям возможность быстрее ознакомиться с основным содержанием таких спортивных игр как, баскетбол, волейбол, теннис, футбол, и другое.

Подвижные игры распределяются:

1. По степеням сложности их содержания, от самых простых до более сложных.

2. По возрасту детей с учетом возрастных особенностей (игры для детей 6-9 лет, 10-12, 13-15). По этим признакам подбираются подвижные игры в школьной программе.

3. По видам движений, которые в основном входят в игру (игры с элементами общеразвивающих упражнений, игры с бегом, игры с метанием, игры с прыжками в высоту, длину, игры с передвижением на лыжах).

4. физическими качествами которые проявляются в игре (игры которые способствуют развитию силы, скорости, выносливости, гибкости, ловкости).

5. Игры подготовительные к отдельным видам спорта. Используются для закрепления отдельных элементов техники и тактики, воспитания физических качеств, необходимых для того или иного вида спорта.

Группируются подвижные игры и по другим признакам:

- По форме организации занятий (игры на уроке, на перемене, на праздниках)

- По характеру моторной плотности (игры большой подвижности, средней и малой)

- С учетом сезона и места проведения (игры зимние, летние, в помещении, во дворе, на площадке).

Все вышеуказанные признаки позволяют выбрать необходимые игры для выполнения поставленных задач.

При подборе подвижных игр следует обратить внимание на некоторые моменты.

Важно чтобы игра на уроке сочеталась с другими упражнениями. В подготовительной части урока целесообразно использовать игры, направленные на развитие внимания, быстрой реакции, ориентировки. Они не должны быть длительными, чтобы не было негативного влияния на усвоение основного материала.

Для основной части урока подбираются игры, способствующие закреплению и совершенствованию программного материала. Использование игр - как правило, в конце основной части - помогает постепенно снизить нагрузку, сохранить и усилить положительные эмоции, подготовить детей к следующим занятиям.

Подвижные игры во внеклассных занятиях способствуют общему физическому развитию детей, закреплению и совершенствованию приобретенных знаний по физической культуре, а также воспитанию навыков, умений и развития качеств необходимых для составления нормативов по физической подготовленности.

Во время перерыва можно использовать подвижные игры с которыми учащиеся познакомились на уроках физической культуры. Это вызывает у детей положительные эмоции, стимулирует двигательную активность. Такое перераспределение энергии позволяет лучше отдохнуть и значительно облегчает восприятие учебного материала на следующих занятиях. Организованное проведение подвижных игр на больших перерывах важно физкультурно-оздоровительным средством в режиме школьного дня.

На больших переменах рекомендуется проводить такие физические упражнения, которые отвечали бы возрастным возможностям школьников и такие подвижные игры, которые не нуждались бы значительных психических, координационных или физических нагрузок. Перерывы и зимой должны проводиться преимущественно на свежем воздухе.

Для занятий физической культурой и спортом в группах продленного дня выделяется не менее одного часа. «Спортивный час» следует заполнить подвижными и спортивными играми, физическими упражнениями, прогулками, кратковременными походами, соревнованиями.

Занятия физической культурой, а следовательно, и двигательными играми в режиме продленного дня должны быть ежедневными, разнообразными по характеру, интересными, обеспечивающие их полноценность, результативность.

В группах продленного дня подвижные игры могут служить в своеобразные оздоровительные мероприятия для учащихся младших и средних классов. Они проводят игры под руководством воспитателей, а также самостоятельно.

Подвижные игры проводят на свежем воздухе, а если погода неблагоприятна, то в хорошо проветренном помещении. Они должны удовлетворять естественную потребность детей в двигательной активности.

Организация и методика проведения подвижных игр во внешкольной работе имеют свои особенности. Здесь создаются условия для использования таких игр, проведение которых требует больше времени и пространства. Однако важно, чтобы качество и количество этих игровых нагрузок контролировал педагог. Внешкольная работа дает повышение возможности для того, чтобы приучать детей самостоятельно использовать средства физического воспитания в быту, повседневной практической деятельности.

Великолепные условия проведения подвижных игр являются во время летних каникул в оздоровительных лагерях на базах школ. Здесь можно изучать новые игры, добиться того, чтобы они понравились детям.

Подвижные игры должны стать органическим компонентом педагогической работы в оздоровительном лагере, особенно с младшими школьниками. Игры можно устраивать на берегу реки, во время купания, на

лесной поляне. Обязательное условие проведения игр на местности - организованность, дисциплинированность.

На школьном празднике целесообразно организовывать подвижные игры, игровые упражнения, и игры-аттракционы, где участвуют по очереди все дети.

Спортивные и подвижные игры в числе других средств физической подготовки следует применять в спортивных секциях, особенно на начальном этапе обучения и совершенствования. Они помогают создать оптимальный эмоциональный фон для занятий. В игре юные спортсмены повышают уровень физической подготовленности, всесторонне развивают физические качества необходимые для овладения техникой и тактикой избранного вида спорта.

Подвижные игры необходимо проводить как в школе, так и дома. Содержание и характер игр разные: в утреннее, дневное и вечернее время. В утренние часы проводят игры средней и малой подвижности. В течение дня необходимо увеличивать двигательную активность детей за счет физических упражнений и подвижных игр.

Количество игр с возрастом нужно увеличивать, распределять по видам основных движений, характерных для данной игры: с бегом, прыжками, метанием и т.д. Это позволяет целесообразнее использовать подвижные игры для формирования моторики детей.

Зимой детям нужно предлагать кататься на лыжах, санках. Широко использовать упражнения для равновесия, метание в цель, прыжки в глубину и длину с места. Здесь надо четко продумывать организацию детей во время выполнения основных движений, избегать длительных пауз, чтобы предотвратить переохлаждение организма.

В теплое время года необходимо использовать практически все основные движения, которые ранее разучивались детьми на занятиях. Кроме того, обязательно проводить подвижную игру. Количество повторений зависит от ее содержания и возраста.

Занятия могут быть посвящены выполнению упражнений спортивного характера: плавание, игра в футбол, баскетбол, хоккей на траве.

Предусмотрены дни проведения различными формами физического воспитания. В эти дни проводятся не только занятия, утренняя гимнастика, но и подвижные игры во время прогулок, соревнований; различные упражнения спортивного характера, экскурсии с использованием подвижных игр на свежем воздухе. С учетом времени года зимой можно организовывать с детьми ходьбу на лыжах, катание на санках с горки; летом - игры в бадминтон, баскетбол, езда на велосипеде и др. Подобранные для физкультурного досуга игры и упражнения должны быть знакомы детям, чтобы не тратить много времени на их подготовку, которая осуществляется постепенно как на занятиях, так и в процессе индивидуальной работы с детьми.

Кроме организационных форм физического воспитания, главное место занимает самостоятельная двигательная деятельность учащихся начальных классов. Двигательная активность в значительной степени зависит от создания необходимых условий для реализации биологической потребности детей в движениях. Для этого предлагают широкий мелкий инвентарь (мячи, обручи, скакалки и др.). Необходимо учить детей использовать физкультурное и игровое оборудование площадок для самостоятельных упражнений: бревно, балансир, полосу препятствий и тому подобное.

Не менее важное место занимает подвижная игра в самостоятельной деятельности детей 6-9 г.. Однако практика показывает, что в таких играх движения в основном одинаковые (ходьба, бег, прыжки, приседания) и двигательная активность их незначительна.

С целью активизации детей в игре, ее целесообразно так продумать, чтобы двигательная активность предусматривалась самим содержанием. В частности, можно привести игры, в которых ученики 1 -3 кл. творчески

подходят к ним. Напр .: "Оса", "Орешки", "Журавль". (Олейник И. О., Ерусалимец К. Г.)

С целью разнообразия мест проведения игр, следует проводить специальные игры - упражнения на разучивание движений, как на спортивной площадке, так и за его пределами, а именно: на поляне у реки, в лесу, парке.

Считаем целесообразным кроме игр-упражнений организовать и специальные сюжетные занятия по физкультуре: "Полоса препятствий", "Стой", "А, ну, поймай», «Кто быстрее к флажку», «Эстафета с мячом" и др., проводить комплексы общеразвивающих упражнений с использованием различных снарядов и тому подобное. Двигательные навыки совершенствуются не только в играх-упражнениях и играх-соревнованиях, но и в таких творческих играх, как "Моряки", "Водитель и пешеходы", "Лягушка и еж" и др., Где по сюжету игры повышается не только двигательная активность детей, но и формируется целеустремленность, ответственность, настойчивость, развивается фантазия, инициатива, умение осуществлять задуманное.

Неоднократные упражнения, направленные на закрепление умения преодолевать препятствия, ползать по-пластунски, бегать, лазить, метать способствуют общему физическому развитию детей, а также формированию настойчивости, стремления достичь желаемого результата. Ролевая игра спортивного характера является не только формой организации закрепления основных движений, которые разучивались в упражнениях, но и методом обучения, позволяющие совершенствовать их.

С разнообразием движений в играх повышается и их качество: дети прыгают в длину на большее расстояние, мечут дальше, чаще попадают в цель. Улучшается и техника исполнения: дошкольники хорошо отталкиваются ногой прыжком с разбега, энергично выполняют покушение перед метанием и др.

Особого внимания требуют подвижные игры на свежем воздухе: подбирая их, следует учитывать индивидуальные особенности детей, привлекать малоактивных и вялых, следить за позой детей, чаще менять ее, чередовать интенсивные движения со спокойными и т.п., не допускать, чтобы дети длительное время опирались на одну ногу, например, при катании на самокате.

Дети любят играть с песком. Излагая свои песочные изделия, они приседают на корточки и низко склоняются, что нарушает осанку. Во избежание этого песочники надо строить со столиками.

Таким образом, использование подвижных игр в учебно-воспитательном процессе младших школьников способствует стремлению ребенка совершенствовать свои физические качества, двигательные умения, а также влияет на повышение их двигательной активности, состояние здоровья и гармоничное развитие личности. Поэтому мы рекомендуем ввести в режим дня детей этого возраста больше подвижных игр, игр-упражнений, творческих игр.

Изучение исследуемой проблемы убеждает, что воспитание подрастающего поколения было и остается актуальным направлением научных исследований, поисков, обобщений, а основными и универсальными средствами его эффективности являются подвижные игры.

Таким образом, следует отметить, что система обучения и воспитания школьников включает использование различных средств физической культуры, а именно - подвижных игр, самостоятельных игр и упражнений, игр с правилами и без них, обеспечивающих оптимальную двигательную активность, способствуют стремлению ребенка совершенствовать свои физические качества и двигательные умения, способствующие всестороннему развитию личности; а основные и второстепенные формы работы с учащимися с использованием этих игр непосредственно влияют на реализацию социально-педагогических требований и задач настоящего.

Выводы по главе 1

1. Достоинство подвижных игр состоит в том, что они в своей совокупности по существу исчерпывают все естественные виды движений, оказывают разностороннее комплексное воздействие на растущий организм. Основные особенности подвижных игр школьников их соревновательный, творческий, комплексный характер. В этих играх проявляется умение действовать за команду в непрерывно меняющихся условиях. Отсюда и высокая динамика взаимоотношений в игре; каждый стремится создать себе и товарищам по команде выгодное по сравнению с соперником положение.

2. Подвижные игры развивают чувство товарищеской солидарности, взаимопомощи, ответственности за действия друг друга. Необходимость подчинения правилам формирует честность, справедливость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе. Подвижные игры развивают у детей личную инициативу, обогащают их творчество, воспитывают привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями. Кроме того, дети знакомятся с основами техники в различных видах спорта,

3. Среди подвижных игр различают: имитационные, с перебежками, преодолением препятствий, сопротивлением, ориентировкой, предметные. Существенное значение для тренировки наблюдательности, навыков анализа обстановки деятельности имеют игры на местности. Широко распространены в подростковом и юношеском возрасте спортивные игры.

4. Практическая деятельность учителя физической культуры при проведении подвижных игр складывается из нескольких элементов: выбор игры, подготовка места и инвентаря, организация играющих, объяснения, руководство, подведение итогов.

5. Являясь составной частью физического воспитания, воспитание и развитие двигательных способностей содействует решению социально -

обусловленных задач: всестороннему и гармоничному развитию личности, достижению высокой устойчивости организма к социально-экологическим условиям, повышению адаптивных свойств организма. Включаясь в комплекс педагогических воздействий, направленных на совершенствование физической природы подрастающего поколения, воспитание физических качеств способствует развитию физической и умственной работоспособности, более полной реализации творческих сил человека в интересах общества. Направленность и содержание воспитания физических качеств регламентируется социальными принципами физического воспитания. В ходе исторического развития общества выработаны принципы, раскрывающие основы практической деятельности по всестороннему и гармоничному физическому развитию детей, выбору состава средств, методов и форм организации педагогических воздействий.

6. Младший школьный возраст - благоприятный период для развития всех координационных и кондиционных способностей. Однако особое внимание следует уделять всестороннему развитию таких координационных способностей как точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, согласование движений, ритм, ориентирование в пространстве, а также скоростных способностей (реакция и частота движений), скоростно-силовых и выносливости к умеренным нагрузкам.

Глава 2. Организация и методика проведения подвижных игр

2.1 Необходимость использования народных, подвижных спортивных игр.

Необходимость использования народных, подвижных и спортивных игр в учебно-воспитательном процессе начальной школы определяется прежде всего тем, что современную организацию учебно-познавательной

деятельности с точки зрения обеспечения физической активности школьников нельзя признать совершенной. Недостаточный уровень двигательного режима ребенка негативно сказывается на ее физическом развитии и на состоянии психических процессов: ощущение, восприятие, мышление, запоминание, внимание (как общей направленности психики на активную деятельность), что в конечном итоге снижает успешность обучения.

Народные, подвижные и спортивные игры, при условии их систематического проведения, способствуют укреплению здоровья и обеспечивают достаточную физическую активность младших школьников. В системе физического воспитания детей игры занимают значительное место. Они совершенствуют двигательные способности школьников и одновременно формируют нравственные и волевые качества, присущие общественно активной личности, обеспечивают подготовленность каждого ребенка к плодотворной работе и другим важным для общества видам деятельности. Подчеркивая исключительное значение игровой деятельности для всестороннего развития детей, А.С. Макаренко отмечал: «Игра имеет важное значение в жизни ребенка, имеет то же значение, какое у взрослого имеет деятельность, работа, служба. Ребенок в игре, таким во многих отношениях она будет в работе, когда вырастет. Поэтому воспитание будущего деятеля происходит в игре ».

Будучи в общих чертах похожими, народные, подвижные и спортивные игры в определенной степени различаются между собой. Подвижные игры удовлетворяют потребность организма ребенка в движении, способствуют обогащению ее двигательного опыта. С помощью игр у школьников закрепляются и совершенствуются различные умения и навыки основных движений (ходьбы, бега, прыжков), развиваются такие важные физические качества, как сила, скорость, ловкость, выносливость.

Для развития скорости проводят игры, которые требуют немедленной двигательной реакции в обстановке, быстро меняется и усложняется

дополнительными задачами, а также игры с преодолением расстояния за короткое время («Бег к флажку», «Квач», «Кто первый»).

Для развития ловкости используют такие игры: «Прокатит мяч в ворота», «Серсо» и многие другие.

Развитие отдельных мышц рук, ног и туловища происходит в играх, требующих кратковременного силового напряжения («Кто дальше бросит», «С купинки на купинку», «Медведь и пчелы»).

Выносливость развивается в играх с интенсивной двигательной деятельностью, но оптимальной во времени для детей разного возраста («Догони свою пару», «Рыбак и рыбы», «Удочка»).

С детьми младшего школьного возраста проводятся два вида подвижных игр - сюжетные игры и игровые упражнения (несюжетные игры). Игровые упражнения чаще проводятся в виде соревнования между двумя, несколькими участниками или командами.

2.2 Характеристика и структура игр

В основу сюжетных игр положены жизненный опыт ребенка, его представление об окружающем мире.

Движения, которые выполняют дети во время игры имитируют действия, характерные для того или иного образа (человека, животного, птицы и др.).

Спортивные игры также опираются на основные движения, однако способы их выполнения сложные, что и обуславливает привлечение детей

младшего школьного возраста к спорту. Например, если в подвижных играх с мячом используется его подбрасывания с различными задачами, метание в цель, то для игры в баскетбол, что в упрощенном варианте доступна младшим школьникам, лидируют навыки ведения мяча, его ловли, передача, вбрасывания, перехвата, броски двумя руками от головы и от груди.

Народные игры имеют специфические признаки. Это игры оптовые, их структурные особенности позволяют объединить всех желающих играть и проводить игры в любой обстановке: в помещении, во дворе, на поляне, у пруда, на лугах и в лесу.

Народная подвижная игра признана этнопедагогиками как результативный способ поощрения детей к активным движениям и их оздоровления («Как ребенок бежит и играет, так ей здоровье улыбается»). Она гармонично развивает детей, воспитывает силу, ловкость, выносливость, отвагу, решимость, инициативность, приучает преодолевать психические и физические нагрузки, поощряет дружескую взаимовыручку, закаляет организм, создает у детей бодрое и веселое настроение.

По уровню физической нагрузки игры бывают большой, средней и низкой интенсивности.

К играм большой интенсивности относятся те, в которых участвуют одновременно все дети. Содержание этих игр составляют интенсивные движения: прыжки, бег в сочетании с метанием, преодолением препятствий (пролезания в обруч, перепрыгивание через предметы и т.п.).

Характер игры средней интенсивности относительно спокойный (метание предметов в цель, ходьба в сочетании с другими движениями, подлезания под дугу, переступания через предметы). Активно движется только часть участников игры, а другие находятся в статическом положении и наблюдают за действиями тех, кто играет.

Содержание игр с низкой интенсивностью составляет смешанное передвижение (бег в сочетании с ходьбой) и бег с малой скоростью.

Перед тем как выбирать игру, надо определить тему, учесть возрастные возможности детей, их физическую подготовленность и интересы, а также время года и погодные условия.

В подготовительной части проведения игры по традиционной методике педагог осуществляет меры по обеспечению сохранности здоровья детей и предотвращения травматизма, соблюдение основных гигиенических требований, подготовки места проведения игры и необходимого оборудования, организации детей, активизации их внимания, подготовки организма к физическим усилиям, необходимых для игры.

Подготовительная часть, кроме перечисленного, имеет значительные резервы для самоорганизации детского игрового коллектива.

В обеспечении самоорганизации игрового коллектива учащихся младшего школьного возраста важными вопросами являются определение ведущего и распределение участников игры на команды. Своевременное обучение детей разных способов выбора ведущего дает возможность справедливо решать актуальные для начала игры вопросы взаимодействия в игровом коллективе, предотвращать многие конфликтные ситуации между детьми.

Ведущий игры может быть избран с помощью считалок. Прежде чем разучивать с детьми считалку, педагогу необходимо отобрать наиболее подходящую для определенной игры как по содержанию, так и по технике расчета. Когда подвижная игра основана на действиях определенных персонажей - зайца, волка, лисы, что характерно для игр учащихся 1-2 классов, желательно использовать считалку, в которой есть название главного персонажа игры.

По технике расчета считалки можно разделить на несколько видов. В основном расчет с помощью считалки выполняется следующим образом. Игроки становятся в круг. Один из них всех волнует, четко проговаривая каждое слово текста выбранной считалки и при этом поочередно указывает на участников игры. Ведущим становится тот, на кого выпало последнее

слово. Есть считалки, текст которых заканчивается местоимением «ты» - такая считалка точно указывает, кому быть ведущим в игре.

В основной части игры дети активно воспроизводят ее содержание, они самостоятельны в выборе тактических игровых действий, непосредственные в проявлении своих чувств, Ведущий может быть выбран не только с помощью считалки, но и другими способами. К ним относятся:

- выбор ведущего с согласия тех, кто играет;
- выбор ведущего большинством голосов из тех детей, собравшихся для игры;
- выбор согласно результатам проведенной ранее игры - ведущим становится ученик, который выиграл предыдущую игру - был сообразительным, внимательным, бегал быстрее всех.

Каждый из описанных способов выбора ведущего имеет свои преимущества и недостатки, поэтому в учебно-воспитательном процессе их следует чередовать по отношению к другим участникам игры.

Свои развивающие и воспитательные качества игра сохраняет именно при наличии - собственного выбора ребенка - прямой же педагогическое воздействие имеет ограниченное использование. Однако у учителя есть возможность косвенно управлять процессом игры через ее правила и через свою собственную участие в игре. Подавая образец поведения, он может незаметно направить игровую деятельность школьников, выполнения ими двигательных игровых задач и правил игры. Правила позволяют регулировать проявление морально-волевых качеств ребенка в реальных отношениях с другими игроками. Например, руководитель игры введением соответствующих правил имеет возможность регулировать отношения между сильными и слабыми игроками - побудить слабых не прятаться за других, а сильных - не подставлять слабого под проигрыш и тому подобное.

Важным условием оптимизации педагогического воздействия подвижных и спортивных игр на физическое развитие детей является их

дозировки. Оно зависит от общей подготовленности детей, характера игры и последующей деятельности, наличия времени на подвижный отдых, половых различий детей. Регулируя нагрузку, педагог должен своевременно предотвратить переутомление, излишнее перенапряжение сердечно-сосудистой и нервной системы ребенка. Признаками усталости является покраснение кожи, учащенное дыхание, пот. Некоторые дети, переутомляясь, становятся бледными. Эмоциональное возбуждение приводит к тому, что дети не замечают усталости и продолжают играть. Педагог должен своевременно уменьшить физическую нагрузку или тактично остановить игру. После отдыха по желанию детей можно провести игру во второй раз.

Уменьшить физическую нагрузку на детей в игре помогает комплекс различных методических приемов. К ним относятся перерывы, уменьшение числа повторений основных игровых действий, уточнения правил, анализ ошибок, оценка действий команд и отдельных участников и др. Нагрузка регулируется чередованием таких движений как бег, прыжки, хождение и тому подобное.

Подвижные игры - эмоционально окрашенная детская деятельность. Для младших школьников характерны естественные проявления радости, непосредственность, сопровождающая игровые действия. На площадке слышен смех, громкие обращения к товарищам, веселые возгласы. Но в 3-4 классах постепенно следует подводить детей к сдерживанию эмоциональных всплесков во время подвижных игр и соревнований. Членам команды и руководителю следует высказывать свои замечания и соображения только вне игры, проявляя терпение и объективность.

Управляя ходом игры, педагог одновременно контролирует и оценивает деятельность детей. Контроль учителя позволяет выявить реальное состояние сформированности умений и навыков у каждого ученика, а также оценить личные качества школьников. Ведущим методом

педагогического контроля в основной части подвижных игр является наблюдение учителя.

Основная часть сложная для педагогического руководства, однако именно от умелого руководства ею зависит реализация цели, предусмотренной игрой.

Заключительная часть игры традиционно направляется на постепенное снижение физической нагрузки, вызванного двигательной активностью, урегулирования дыхания и работы сердца, обеспечение перехода от возбужденного состояния к спокойному. Эти задачи в основном опосредуются подведением итогов игры и оценочными действиями педагога. Для решения указанных вопросов отбираются приемы, согласуются с особенностями учащихся. Например, для урегулирования физического и психического состояния шестилетних школьников часто используются игровые приемы, руководствуясь которыми можно предложить детям разыскать предварительно завернув игрушку, образ которой тематически связан с игрой (к игре «Два морозы» - игрушка, олицетворяет Деда Мороза, к игре «Пчелы и медведь» - медвежонок и т. д.), провести спокойную игру и тому подобное.

Итоги игры объявляются в присутствии всех детей - ее результаты являются значительным рычагом активизации участия школьников в будущих играх подвижно-спортивного характера.

Учитель отмечает усердие детей в достижении цели, согласованность коллективных действий, подбадривает в случаях проигрыша, оценивает ход игры через призму соблюдения правил.

Оценка педагогом по окончании игры основных двигательных качеств - силы, быстроты, гибкости, ловкости, выносливости школьников - формирует у детей соответствующую самооценку, побуждает их к самосовершенствованию.

Анализ методического обеспечения подвижных и спортивных игр и школьная практика свидетельствуют, что педагогическое воздействие на

личность через оценивания детской игровой деятельности, в том числе через педагогические суждения о проявлении способностей каждого отдельного ребенка и вообще детского коллектива в подвижной игре, есть еще недостаточным.

Воспитывая у младших школьников чувство долга и ответственности перед командой за свои действия, необходимо формировать у детей ценностные ориентации по самосовершенствованию.

Педагогическая оценка игры проявляется в форме итоговых суждений учителя. Эти суждения педагога имеют большое воспитательное воздействие на учащихся младшего школьного возраста, способствует формированию их физических и морально-волевых качеств.

Проявляя активность в подвижной или спортивной игре, ребенок стремится к положительной оценке собственной двигательной деятельности и поведения. Вызывая переживания успеха или неудачи, оценка формирует ценностные ориентации, намерения, поступки ребенка и поэтому влияет на процесс самосовершенствования личности в целом. Через оценку педагогом качеств ребенка в игре формируется другая форма оценки - самооценка ребенка. Самооценка, будучи средством ориентации школьника в собственных силах и личностных качествах - важнейший результат педагогической оценки подвижных и спортивных игр младших школьников. Ведь требования учителя лишь тогда оказываются надежным регулятором деятельности и поведения школьника, когда они превращаются в требования ученика к самому себе. Таким образом, педагогическая оценка подвижной игры, воздействуя на эмоциональную и волевою сферу ребенка, становится мощным стимулом развития детской личности.

2.3 Управление игрой. Правила игры. Распределение игроков на команды.

Для того чтобы игровая активность была эффективной и дала желаемые результаты, необходимо управлять ею, обеспечивая выполнение следующих требований:

1. Готовность учеников к участию в игре (каждый учащийся должен изучить правила игры, четко понимать ее цель, конечный результат, последовательность действий, иметь необходимый запас знаний для участия в игре).

2. Четкое изложение задач игры. Объяснение игры понятно, понятно.

3. Комплексная игра должна проходить поэтапно, в то время как ученики не усваивают отдельные действия, а затем вы можете предложить всю игру и ее различные варианты.

4. Действия студентов должны контролироваться, корректироваться, направляться, оцениваться своевременно.

5. Мы не должны допускать унижения достоинства ребенка (оскорбительные сравнения, оценки поражения в игре, насмешки и т. Д.).

6. Игра в уроке не должна быть спонтанной, она должна быть хорошо организованной и целенаправленной. Учащиеся должны изучить правила игры, в дополнение к содержанию игры, ее форма должна быть доступна для учащихся.

Чрезвычайно важную роль в игровой ситуации играют правила. Если они не продуманы заранее, четко не сформулированы, это затрудняет объяснение хода игры, так же это вызывает усталость и безразличие учащихся. Правила игры обязывают учеников действовать строго по одному или коллективно отвечать на призыв, внимательно слушать своего товарища, возможно исправить его ошибки, быть дисциплинированным, не мешать другим, честно признавать свои ошибки. Правила игры служат в качестве организационного элемента и являются средством контроля за игрой. Они определяют способы действия и их последовательность, поведенческие требования, регулирующие отношения детей в игре, учат их соотносить свои действия с действиями других игроков, способствуя

обучению настойчивости, честности, изобретательности и тому подобное. Никакое нарушение правил не должно оставаться без внимания учителя. В зависимости от обстоятельств, он должен вовремя замечать эти нарушения и быть достаточно требовательным и справедливым, чтобы указать ученику на его недостатки в игре, объяснить, что его действия неправильны. Однако во время игры не надо делать длинных замечаний, поучений, поскольку это ухудшает настроение учеников, ослабляет их интерес, тормозит внимание. Различными способами, опирающихся на инициативу и самоорганизацию детей, может проводиться распределение игроков на команды.

1 способ

С помощью счета за порядковыми номерами, в зависимости от количества команд: первый - второй - третий и т.д. Этот способ деления на команды не применяется в начале учебного года в первом классе, так как учащиеся еще не усвоили эту форму счета.

2 способ

Согласно выбору капитанов команд. Сначала игроки выбирают капитанов команд, а затем капитаны создают свои команды по договоренности со сверстниками. Этот способ разделения на команды целесообразно применять в третьих-четвертых классах, когда ученики хорошо знают друг друга и благодаря достаточно высокому уровню развития речи и общения могут быстро достичь договоренности.

3 способ

Создание постоянных команд для проведения подвижных игр.

4 способ

Деление на команды путем попарно договоренности (главари команд тайно от других участников игры выбирают каждый себе слово-пароль, например, один выбрал слово "орех", другой - "яблоко". Дети, которые хотят участвовать в игре, попарно подходят к ним, и те спрашивают: "Яблоко или орех?" Назвав слово, ребенок переходит на сторону того из руководителей команд, кто его олицетворяет.

2.4. Особенности методики развития основных физических качеств у младших школьников

Известный ученый П.Ф. Лесгафт признавал, что подвижная игра - одно из важных средств физического воспитания, с помощью которого ребенок учится справляться с трудностями. Методика организации игры, разработанная педагогом, действует и в настоящее время, которая предусматривает следующие требования:

- игра должна решать определенные задачи;
- в этом процессе следует придерживаться систематичности и последовательности;
- организационная деятельность педагогов или родителей должна быть направлена на повышение активности и самостоятельности участников игры.

Большинство подвижных игр имеет широкий возрастной диапазон: они доступны и полезны детям разных возрастных групп. Наибольшая близость той или иной игры данному возрасту определяется степенью доступности их содержания и конкретными задачами в совместных игровых действиях.

Известно (И. Олейник, К. Ерусалимец.), Что для успешного проведения игры необходимо подготовить место, проверить наличие всех требований, а именно: поле площадки должно быть ровным, очищенным от камней, иметь прямоугольную форму (8/12). Все посторонние вещи должны быть на расстоянии 2-3 м от площадки.

Если игра проводится на определенной местности, то в первую очередь нужно ее изучить, а потом проводить соответствующую подготовку. К этой работе учитель привлекает учащихся, чтобы приучать их к самообслуживанию. Для некоторых игр делают разметку. Ее выполняют или к уроку, когда она сложная, или во время объяснения игры.

Разметка может быть постоянной. Границы площадки должны быть четкими. Чертят их на расстоянии 2-3 метра от стены. В помещении разметку рекомендуется делать мелом. Эту работу можно поручить детям.

При объяснении правил игры учитель сообщает ее название, роль каждого игрока и его место на площадке и в зале, цель игры и ее ход.

Проводя игру с построением детей в круг, учитель занимает место в кругу. Если игроки распределены на две команды и размещены одна против другой он возвращает команды лицом друг к другу и для объяснения занимает место на одном из флангов.

Если игра начинается с движения в рассыпную, можно строить детей в шеренгу или группировать их у себя в полукруг, чтобы всем было видно и слышно учителя.

Нельзя перед объяснением расставлять детей лицом к солнцу или другого источника света. Это ухудшает видимость, распыляет внимание учеников.

Для лучшего усвоения игры, особенно учениками младших классов рекомендуется рассказ сопровождать показом: объяснять отдельные, наиболее сложные моменты жестом и показом некоторых движений. Правила объясняются подробно только в том случае, если игра проводится впервые.

Большинство подвижных игр проводятся со специальными предметами (флажками, булавами, мячами, скакалками и т. П). Эти предметы делают игру интереснее, разнообразной, затрудняют ее, увеличивая диапазон воздействия на детский организм.

Инвентарь должен соответствовать анатомическим особенностям детей. Например, в первом классе нельзя давать игр с футбольным мячом, с большими набивными мячами, с тяжелыми булавами. Желательно, чтобы инвентарь был окрашен в яркие цвета, тогда детям легко будет видеть его во время игры. Хранить его нужно в хорошем санитарно-гигиеническом состоянии.

Во время игр на открытой местности, зимних площадках следует использовать шишки, снег, ветки и тому подобное. Учеников надо приучать правильно пользоваться инвентарем. Раздают его после объяснения игры, особенно мяча, которые являются сильным раздражителем для учащихся. Когда детям дать мяча раньше они не внимательно будут слушать объяснения.

Следует помнить, что после игры эмоциональное состояние детей повышается, поэтому убирать инвентарь они будут в спешке, а это отнюдь не способствует воспитанию положительных качеств, правильному отношению к труду. Значит, надо требовать тщательного выполнения учениками заданий и следить за тем, чтобы они все делали четко, быстро и вместе с этим аккуратно и красиво. Тщательное выполнение задач имеет большое воспитательное значение, способствует закладке основ коллективной трудовой деятельности.

Следует различать игры с ведущими и без них.

В некоторых играх нужны друг или несколько ведущих. Их роли могут быть разнообразны: догнать игрока убегающего, попасть в него мячом, отгадать по голосу, кто подходил и т другое. Выполнение обязанностей ведущего влияет на воспитание игроков, способствует формированию их организаторских навыков и активности.

Желательно чтобы роль ведущего выполняло можно больше детей.

Существует несколько способов определения ведущего, а именно:

1. Учитель может назначить одного из игроков по своему усмотрению, кратко обосновывая свой выбор.

2. Ведущий также могут выбрать сами игроки. Этот способ имеет положительное значение в педагогическом отношении, потому что он раскрывает коллективное желание детей выбирать на эту роль наиболее достойного товарища. Однако для этого необходимо, чтобы игроки хорошо знали друг друга иначе их выбор будет удачным.

3. Нередко назначают ведущего по результатам предыдущих игр. Этот выбор стимулирует учеников добиваться лучших результатов в игре. Отрицательной стороной этого способа является то, что на роль ведущего не могут быть выдвинуты слабые или менее ловкие дети.

4. Способ жеребьевки. Для этого применяют счет в виде счета. На кого выпадет последнее слово счета, то становится ведущим или, выходит из круга (в таком случае Счет делается до тех пор, пока не останется один игрок который становится ведущим). Этот способ более длительный по времени, им обычно пользуются в играх проводимых во внеурочное время

В командных играх и эстафетах соревнуются между собой две и более команд. Деление на команды осуществляется учителем по его усмотрению, путем расчета или фигурным маршировкой, а также по назначению капитанов команд. Он может удачно сделать это только тогда, когда хорошо знает коллектив. Таким способом распределение происходит быстро, но сами игроки никакой активности не проявляют.

При распределении игроков путем расчета дети выстраиваются в шеренгу, а потом делают расчет на такое количество номеров, сколько в игре должно быть команд.

Распределение игроков путем фигурного марширующих осуществляется следующим образом: учащиеся перестраиваются из колонны по одному в колонну по два, по три, где каждая из вновь колонн представляет собой одну из команд, которые соревнуются. Этот способ является удобным тем, что он не требует много времени для его проведения.

Способ деления на команды по назначению капитанов заключается в том, что дети в начале игры выбирают капитанов в зависимости от количества команд.

Предназначены капитаны по очереди выбирают игроков в свои команды. Этот способ дает возможность быстро укомплектовать команды, равные по силам. Однако он имеет свои отрицательные стороны. Слабых игроков капитаны в свои команды берут неохотно. Чтобы этого избежать,

надо отнять у команды половину игроков, а вторую - разделить с помощью расчетов.

Все способы распределения на команды следует вводить в соответствии с характером и условиями проведения игры, а также состава и количества игроков.

Не менее важное значение в подготовке к командной игре есть выбор капитанов команд. Они отвечают за дисциплину игроков своей команды во время игры, организуют и размещают участников, устанавливают очередность бега в играх-эстафетах и др. Капитанов выбирают сами игроки, или назначает учитель, из учеников, наиболее способных и дисциплинированных, пользующихся авторитетом у своих товарищей.

Иногда, когда уже созданы команды, можно назначить капитаном пассивного игрока, или несдержанного ученика, который легко возбуждается, с целью воспитания у него положительных черт характера,

Большинство подвижных игр трудно организовать и проводить без помощников и судей. В частности, на уроках физической культуры, когда время на проведение игры ограничен, а организация должна быть четкой и быстрой, без посторонней помощи не обойтись.

Помощники и судьи назначаются из числа учеников, освобожденных по состоянию здоровья от выполнения физических упражнений средней и большой интенсивности, для которых физическая нагрузка данной игры не разрешено. Если таких учеников нет, то помощников и судей назначают из числа игроков.

При повторении игры, их следует заменять другими игроками.

Количество помощников и судей в игре зависит от ее характера, количества групп или команд и размеров площадки. Они помогают учителю в раздаче или установлении инвентаря, следят за соблюдением правил игры, ведут подсчет очков и др.

Выполнение обязанностей помощников, судей, капитанов команд прививает детям организаторские способности, которые в дальнейшем могут самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры.

Особое место в проведении подвижной игры занимает руководство процессом игры, которое проводится в определенной последовательности.

После объяснения правил размещения игроков на площадке начинается игра по условному сигналу (свисток, всплеск в ладони, взмах флажком, рукой и др.), Командой или распоряжением учителя. Сигнал подается после того, как учитель убедился, что все игроки хорошо усвоили правила игры и заняли соответствующие места.

В играх с распределением играющих на подгруппы, особенно в эстафетах желательно пользоваться командой, которая состоит из трех частей: "На старте!", "Внимание!", "Марш!". Последнюю команду иногда заменяют сигналом. Все это способствует выработке у детей правильной и быстрой реакции, которая необходима в будущем при обучении старта в беге, плаванию, ходьбе на лыжах и бега на коньках.

Игры сюжетного характера, где нет соревновательного метода, не требуют особенно четких команд. Такие игры можно начинать по приказу, высказанным спокойным голосом: "Игру начали!". Или можно предупредить детей, что игра начинается после слов: "Раз, два, три!". После того, как дети начали игру, учитель внимательно следит за ее ходом и поведением игроков.

В процессе игры учитель дает указания игрокам, которые допускают ошибки или нарушают ее правила. Все замечания и указания делать, по возможности, не мешая ходу игры, не останавливая игроков. Останавливать игру можно в том случае, когда большинство ее участников допускает грубые ошибки.

Каждая игра требует объективного судейства, иначе ученики потеряют интерес к ней. Особое значение судейство вступает в играх соревновательного характера, где игроков разделены на команды. Судья

следит за тем, чтобы команды были равны по силам, количеством игроков, а также по одинаковым условиям игры и точным соблюдением игроками всех ее правил.

При подборе игр следует четко определить дозировку нагрузки и регулирования ним, учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей. Этот момент чрезвычайно ответственным, так как дозировка физической нагрузки в игре определить труднее, чем в физических упражнениях, не связанных с игровыми действиями. Например, физическая нагрузка, которая дает игра зависит от общей нагрузки на уроке физической культуры, от характера работы на уроке и активности игроков. Игровая деятельность своей эмоциональностью захватывает детей, и они не чувствуют усталости. В связи с этим, во избежание переутомления учеников, необходимо своевременно прекратить игру или изменить ее интенсивность и характер нагрузки.

Для регулирования физической нагрузки в игре вводятся различные методические приемы: уменьшение или увеличение времени, отведенного на игру, количества повторений игры, размеров площадки и длины дистанции, которую пробегают игроки, веса предметов, мечут, количества и сложности правил игры и препятствий, введение кратковременных пауз для отдыха или уточнения и разбора ошибок.

Итак, дозировка физической нагрузки в игре определяется методикой ее проведения, местом и условиями, в которых находятся игроки (на площадке, в помещении, летом или зимой).

Продолжительность игры зависит от педагогических задач, которые ставились учителем перед ней, условий занятий, количества участников и их возраста. Игру нужно закончить своевременно, когда игроки получили достаточную физическую и эмоциональную нагрузку. Не следует ждать того момента, когда сами игроки предложат прекратить ее.

Если игра командная, необходимо перед ее началом сообщить участникам, сколько раз она будет повторяться. Когда игра не

определенного конца, учитель заранее предупреждает об окончании ее, обуславливая определенное время, или проводит игру до тех пор, пока не изменится ведущий. Об этом дети должны знать и быть готовыми.

Окончание игры не должно быть неожиданным для участников, так как внезапный конец ее может вызвать негативные реакции у детей или их недовольство.

После окончания игры необходимо подвести ее итоги. Прежде всего, следует отметить победителей, поздравить их, а также отметить детей, принимавших активное участие в игре, придерживались ее правил, проявляли творческую инициативу.

При сообщении результатов нужно указать командам и отдельным игрокам на допущенные ошибки и отрицательные стороны в их поведении.

Именно такое умелое подведение итогов имеет большое воспитательное и образовательное значение.

Что касается особенности методики проведения подвижных игр в начальных классах, то следует отметить, что в этом возрасте к подвижным играм относятся серьезные требования. Дети этого возраста склонны к подражанию образам, драматизации; мыслят еще не конкретно. С учетом этого и составлен эту программу по физической культуре, которой много места отведено подвижным играм.

У детей младшего школьного возраста игровая деятельность занимает значительное место, поэтому руководителю в первую очередь нужно обращать внимание на совершенствование игровой деятельности, на то, чтобы она была более содержательная, эффективна. Достичь этого можно с помощью игр с речитативами и песнями. Слова объясняют смысл действий, способствующих энергетическом их выполнении. Кроме того, эти игры приучают детей к правильному дыханию. Учитель должен подсказывать, когда делать вдох, когда выдох.

Очень важным является индивидуальный подход к каждому ученику, потому что младшие школьники еще мало знают о своих способностях,

имеют небольшой двигательный опыт. Они очень любят сюжетные игры, в которых находят знакомые им образы, которые охотно подражают. Простые по своей организации и упражнениями игры полностью удовлетворяют детскую фантазию, выдумку, творчество.

Правил имитационно-сюжетных игр немного, поэтому учителю легко следить за их выполнением. Это повышает ответственность игрока перед коллективом. Управлять сюжетными играми - сложное дело, требующее умения и мастерства. Проводить игру нужно живо, энергично, образно рассказывая и показывая действия игрокам, умело меняя интонацию голоса, выражение лица. Декабрь рекомендуется подкреплять элементами сказки. Проводя такую игру, учитель должен учитывать интересы детей этого возраста и объяснять ее понятным языком, сочетая объяснение с показом, чтобы ученики лучше представляли нужный образ. При этом учитель должен принимать активное участие в игре.

Сюжетные игры хорошо иллюстрировать яркими предметами. Это помогает детям приблизиться к действительности и быстрее воспринимать игру. Например, в игре "У медведя во бору» можно разбросать по площадке (на бора) грибы (белые кружочки), ягоды (красные кружочки), подсказав ученикам, чтобы они как можно больше их собрали. В имитационных играх нужно требовать от детей точно выполнять имитационные действия, иначе игра потеряет свою педагогическую ценность, а учитель не сможет с ее помощью выполнить педагогические задачи.

Опыт работы, а также личные наблюдения подтверждают, что сюжетные игры следует постепенно усложнять. Сначала учитель дает игры с простыми сюжетами, а затем с более сложными. В таких играх относятся высокие требования к развитию и совершенствованию координации движений и к поведению учеников.

Кроме сюжетных, 1-3 классах практикуются игры типа "Перебежки". Содержанием таких игр предусмотрено короткие перебежки, бег враспынную, подпрыгивание на одной ноге, на двух, прыжки через

условные препятствия (через нарисованный ров). К таким играм относятся "Волк во рву", "Колесо" и другие.

В процессе игры, при правильном управлении ею и умеренной нагрузке, создаются благоприятные условия для нормального развития всех функций детского организма. Следует учитывать, что у детей этого возраста может быть чрезмерная активность и поэтому они быстро устают. В связи с этим особое внимание следует уделять правильному дозированию нагрузки.

Проводя игру с бегом и прыжками, преподаватель должен обращать внимание на то, чтобы дети правильно вели себя в коллективе, приучать их действовать организованно, не мешать друг другу.

Учитель должен помнить, что дети 6-9 лет не могут выполнять долго одни и те же упражнения, поэтому надо давать им игры с различными упражнениями (например, "Кот и мыши", "Фигуры". При проведении таких игр учитель подсказывает детям, что эти упражнения должны быть красивые, разнообразные, природные. Такие игры развивают творческое воображение, самостоятельность.

После того, как будет Плут значительную часть программы упражнений на бросание в цель и на дальность, детям 1-3 классов целесообразно давать игры с мячом, которые закрепляют элементарные навыки бросания и ловли, укрепляют мышцы рук ("Хитрый мяч", "Положи мяч в круг").

При правильном управлении игрой с мячом развиваются ловкость, глазомер, координация, что очень важно в этом возрасте. Проводя эти игры учитель должен обращать внимание на броски, сочетая ритм действия игры с дыханием. Помощь во время игры с мячом следует давать быстро, точно, потому что у детей этого возраста еще нет достаточной выдержки, и, увидев мяч, они стараются побыстрее начинать игру. Во время объяснения игры учитель держит мяч в чехле, или у себя, чтобы дети не обращали на него внимания. В процессе игры с мячом замечания и исправления рекомендуется делать во время остановок, поскольку игра проходит с

большим подъемом и дети не смогут внимательно выслушать руководителя. Вес мяча для игр детей младших классов должна соответствовать ее анатомическому развитию. Тяжелыми, большими мячами пользоваться нельзя. Лучше всего брать резиновые детские разноцветные мячи.

Умело проводя игры с бегом, прыжками, мячом руководитель способствует совершенствованию детей в естественных действиях, подготавливает их к более сложным играм и упражнениям. Постепенно интерес учащихся к коллективной деятельности растет. Тогда можно давать игры с элементами соревнований, простые игры, в которых учащиеся делят на команды. Например, "Кто первый", "Кто быстрее". Эти игры способствуют развитию таких качеств, как быстрота, ловкость, настойчивость. Однако, во время игры не следует особенно подчеркивать моральные стороны поведения. Детям 6-9 лет еще не понятно почему, они должны подчинять свои интересы интересам коллектива. Но в этих играх создаются предпосылки для развития нравственных качеств для перехода к более сложным командным играм. Проводя простейшие из командных игр, руководитель должен создавать благоприятные условия для того, чтобы заинтересовать детей. Но вместе с тем он должен помнить, что для командных игр детей надо кормить: давать некомандные игры с ярко выраженными моментами соревнования, а уже после этого предлагать игры переходного характера, проводить соревнования парами ("Кто дальше бросит", «Кто первый поймает», " Кто первый добежит »).

Большое значение для детей этого возраста имеют игры, которые развивают слух, например, "Кто подходил", "Скок, скок", "Отгадай по голосу". Такие игры воспитывают самообладание, организованность, выдержку. К их проведению необходимо тщательно подготавливать место, чтобы была полная безопасность, полная тишина. Для повязок во время игры следует использовать бинт, который накладывают на глаза, соблюдая гигиенических требований (повязка меняется для каждого ученика).

Учитывая возрастные особенности детей младшего школьного возраста, учитель при подготовке к игре должен:

1. Подготовить инвентарь, который должен быть ярким, цветным; его вес и объем должны соответствовать возрасту детей, хранить его следует в хорошем санитарно-гигиеническом состоянии.

2. Умело подбирать способ построения детей для проведения игры.

3. Выбрать один из способов объяснения игры.

4. Выбрать ведущего по своему усмотрению, по очереди или по жребию. Выбор ведущего учениками применяется редко, все дети этого возраста пытаются быть ведущими и мало знают предпочтения своих товарищей. Ведущих следует менять.

5. начинать игру следует по сигналу (зрительным, слуховым), но свистком в начале игры не следует пользоваться, потому резкий сигнал тормозит, замедляет двигательную реакцию детей. К таким сигналам детей надо постепенно подготавливать.

6. Замечания в играх делать осторожно, терпеливо, настойчиво приучать детей к выполнению правил учитывая, что ученики этого возраста в основном нарушают правила игры бессознательно.

7. Учеников, которые проиграли, не выводить из игры; всем игрокам подбирать необходимую нагрузку.

Учет этих требований обеспечит педагогический эффект. Подвижные игры в этом возрасте должны удовлетворять такие педагогические требования:

- Привить учащимся первые навыки организованной поведения в игре.

- Научить организовано бегать, не мешая друг другу, действовать по сигналу. Быстро включаться в игру.

- Научить детей признавать авторитет ведущего.

- Научить соблюдать правила, выполнять их.

Следовательно, значение подвижных игр чрезвычайно большое как в физическом развитии так и в гармоничном развитии личности. Поэтому следует внимательно подходить к их подбору и методики проведения.

Теоретический анализ психолого-педагогической и физкультурно-спортивной литературы показывает, что подвижные игры применяют в системе физического воспитания, учитывая социально-культурные и психофизиологические возможности детей младшего школьного возраста.

Содержание нашей поисковой работы предусматривал изучение характера отношения детей к факторам влияния на гармоничное развитие человека, в частности, подвижных игр.

Проведенное нами социологическое исследование (анкетирование) показало, что у большинства респондентов (родителей) сформировано желание привлекать своих детей к подвижным играм, но они не в полной мере образованные относительно правильности в организации и методике их проведения, места приложения в режиме дня.

Основная нагрузка физическими упражнениями, то есть оптимальное двигательную активность получают дети в школе, а в внешкольной деятельности их привлекают самостоятельные занятия подвижными играми.

Среди опрошенных детей, 90% - с удовольствием играют, 5% - отдают предпочтение обучению, и только 5% - не занимаются совсем или частично. Среди таких детей - дети, освобожденные по состоянию здоровья, и те, которые не имеют свободного времени. Опросы этих детей показало, что их ответы часто совпадают с ответами родителей, в ответах которых отчетливо звучит желание заниматься подвижными играми и привлекать к этому детей, но из многих вышеупомянутых причин такие занятия не проводятся.

Любимые занятия младших школьников - компьютерные игры, которые занимают почти половину процент предлагаемых видов досуга, в наше время не является неожиданным. На II - подвижные игры (катание на лыжах, санках, коньках, с мячом (мальчики)), различные хороводные,

"догонялки" (девочки). III место занимают экскурсии и прогулки в парк, лес, к реке с применением подвижных игр. IV место - чтение художественной литературы (отдельный контингент детей) .Среди респондентов (6 детей) - 5% опрошенных - любят заниматься, художественной самодеятельностью, музыкой, рисованием и занимают последнее место.

Обидно то, что подвижным играм уделяется мало внимания. Основная причина это отсутствие свободного времени. Особенно у первоклассников, которые еще не адаптировались к школьной системы обучения. Дети не успевают выполнять домашнее задание и именно подвижные игры остаются без внимания взрослых.

Это побудило нас провести экспериментальное исследование в начальных классах, целью которого было: определить, игры, наиболее нравятся детям; по каким критериям их подбирают; а также по какой методике работают учителя во время обучения подвижным играм.

Для того, чтобы определить наиболее интересные и доступные игры для детей начальных классов мы проанализировали опыт работы учителей нашей школы.

С этой целью было проведено анкетирование учителей и опрос учащихся 1-2 классов. Опыт работы педагогов школы показывает, что ученики отдают приоритет именно тем играм, которые соответствуют их психофизическим потребностям.

Трансформация выявленных уровней относительно задач нашего исследования позволили нам определить такие критерии отбора игр:

- учет возрастных закономерностей развития игровой деятельности детей, индивидуально-типологических особенностей каждого ребенка;
- сформированность интересов, которая выражается в непосредственном эмоционально-познавательном отношении ребенка, стремлении и необходимости. заниматься игрой.

Опыт работы учителей показал, что в своей ежедневной педагогической деятельности они руководствуются следующими

основными принципами подбора игр и игровых материалов для школьников: доступность, гигиеничность, эстетичность, динамичность, возрастной (учет возрастных и индивидуально-психологических особенностей каждого ребенка) и принцип развивающего обучения (Приложение № 1, 2, 3). Критериев подбора игр, то они почти адекватные принципам.

По методике обучения подвижных игр результаты анкетирования показали, что большинство учителей работают по разработкам и ждут от ученых детальных методических рекомендаций (описаний правил, дозировка, требования по проведению и подбора и т. П.). Но наличие такого материала, как показывает опыт, снижает интерес к изучению научных публикаций, выявлению педагогического творчества. Это формирует определенные штампы и шаблоны в работе педагога и однообразие в проектировании. Поэтому, на наш взгляд, чтобы открыть путь к творчеству воспитателя методическая литература должна очертить главные пути решения данной проблемы, которые найдены в процессе психолого-педагогических исследований и проверенные практикой работы в школе и вне ее. Нельзя отрицать других путей решения указанного аспекта.

Каждый учитель имеет возможность самостоятельно подбирать игровой репертуар, дополнять его оригинальным авторским материалом, по содержанию, форме и способу проведения отвечал бы желанию детей определенного возраста, стимулировал бы их жизнедеятельность. При этом следует избегать систематичности занятий компьютерными играми.

Несмотря на скудное научно-методическое обеспечение по вопросам организации и проведения подвижных игр в младшем школьном возрасте 50% опрошенных считают достаточным уровень своих знаний о методические особенности их обучения. Это свидетельствует о недооценке учителями педагогической значимости подвижных игр, консервативность системы подготовки и методики проведения.

По решению этой проблемы, то мы предлагаем расширить возможности получения информации о современных подходах и новейшие технологии за счет обмена опытом работы с различными школами, проведение методических объединений и семинаров.

В нашей анкете звучал вопрос о месте народных подвижных игр в общественно-семейном воспитании младших школьников, и какие игры наиболее популярны. На что мы получили положительные отзывы, как со стороны учителей, так и со стороны учеников. Учитывая мнению педагогов, интерес и желание детей, анатомо-физиологические возможности их организма и психологическое восприятие, учеными области физического воспитания и спорта разработана классификация национальных игр по характеру двигательной деятельности.

С.Б. Мудрик предлагает такой вариант:

Игры с элементами общеразвивающих упражнений. "Отец и дети", "Мак", "Дрова", "Адам и Ева", "Разбитое яйцо", "огурчики", "Мокрый кот", "Пузырь".

Игры с ходьбой. "Петр, где ты?" "Афанасий", "Жмурки", "Подход стражей", "Откуда ты?", "Тыква", "Огурчики", "Мост", "Ночной марш", "Дуб или береза".

Игры с бегом. "Иду на Вы!", "Гуси", "Пень", "День и ночь", "Хижина", "Серый кот", "Арбузы", "Стена", "Колбаса".

Игры с прыжками. "Волк и овцы", "В длинные лозы", "Переправа через реку", "Ручеек", "Гречка", "тынок", "В реку гоп", "спутанные лошади".

Игры с метанием. "Бабу перевозить", "Кто дальше бросит», «Меткий стрелок", "Защитник крепости", "салочки с мячом», «Штандер», «Охотник и утки», «Наседка».

Игры с равновесием. "Качели", "Журавль", "Ласточка", "наперевес", "Метелица", "Круть-верть" ", " Мельница ".

Игры с элементами акробатики. "Краб", "Каракатица", "Перекаати-поле", "Раскаленный колесо", "Паук", "Лягушка", "Качалка", "Колокол".

Игры с элементами борьбы. "Свекла", "Тянуть бука", "Репка", и татары ", " Перетягивание по канату ".

Игры с элементами танца. "Гоп-скок", "Метелица", "Тройки".

Игры на воде. "Морской бой", "Охотники и утки", "Быстрый краб", "Круговорот", "Крокодил", "Щучки", "Невод", "Пятнашки", "Морж".

Игры на лыжах. "Догони убегая", "Буксировка", "Квач на лыжах", "Лыжник без палок", "Охотник на охоте".

Анализируя распределение национальных игр по характеру двигательной деятельности, можно констатировать, что они активно влияют на моторику ребенка, комплексно решая оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Национальная специфика подвижных игр по народному календарю проявляется: в психологических особенностях народа, его мировоззрении, нравственных нормах; в национальном языке; в отражении истории нации, в ее культуре, в общественной жизни и быту, в традициях, религиозных верованиях, обычаях; в связях подвижных игр с национальным фольклором; в национальной специфике выражения общечеловеческих идей добра и справедливости, эстетических взглядах, общественных интересах; в любви к природе, к родному краю, где живет нация. Все это вместе представляет собой мощную движущую силу эстетического, морально-этического, культурного, физического воспитания младших школьников.

Методика проведения народных игр несложная и характеризуется самостоятельностью и инициативностью. Для выбора игры следует четко знать задачи, решаться, уровень развития детей, место и время проведения.

Подбирая игру для урока физической культуры следует учитывать основные его задачи. Содержание игры должен соответствовать возрастным особенностям физического и психофизического развития. Для детей младшего школьного возраста, двигательный опыт которых очень мал, рекомендуются игры сюжетного характера с элементарными правилами и простой структурой ("Мак", и др.) Постепенно от простых игр следует

переходить к более сложным, повышать требования к скорости и координации движений.

Для народных игр, как правило, не требуется специальных площадок. В них играли на улице, на выгоне, на лугу, в поле, среди пастбищ и даже по труду, когда наступал короткий отдых. Во время проведения игр в помещении следует предусмотреть, чтобы не было лишних, особенно острых, предметов.

Следует заметить, что подвижным играм, как раздела программы физического воспитания в начальных классах, рекомендуется выделять примерно 30% - 35% времени урока. В нашем случае уделялось больше половины урока. Целью нашего исследования было определение влияния подвижных игр на физическую подготовленность учащихся начальных классов.

Выводы по главе 2

С помощью подвижных игр, развитие моторных качеств и, прежде всего, скорость и ловкость усвершенствуются. Под влиянием игровых условий улучшается моторика. Они формируются гибкими и пластичными. Развивается способность к комплексной комбинаторике движений.

Чередование относительно высоких моментов интенсивности с паузами отдыха и действиями с низким напряжением позволяет игрокам выполнять большой объем работы. Переменный характер нагрузки наиболее точно соответствует возрастным особенностям физиологического состояния выращивания и, следовательно, способствует улучшению деятельности систем кровообращения и дыхания.

При организации подвижных игр с другой ориентацией школьники должны руководствоваться основными требованиями для комплексного развития моторных качеств учащихся. С их позитивным развитием учащиеся обладают психофизиологическими и физическими качествами, которые должны быть улучшены в наибольшей степени, поскольку они

имеют основополагающее значение для достижения необходимого уровня физической подготовленности.

Для учеников младших классов необходим выбор средств и методов с использованием подвижных игр различной направленности, который диктуется наличием и характером суммарного утомления, а также уровнем развития физических качеств необходимых в учебной и будущей трудовой деятельности. Оптимальность физических нагрузок при выполнении различных по характеру подвижных игр снимает усталость, повышает интерес к занятиям.

В воспитании детей подвижные игры занимают очень важное место. Они являются наиболее подходящим видом упражнений для ребенка, они отличаются своей привлекательностью, доступностью, глубиной воздействия и универсальностью.

По своей природе подвижные игры тесно переплетаются со спортивными играми и являются хорошим подспорьем для тех, кто занят на первых этапах обучения, когда моторные навыки еще не до конца развиты.

Наиболее популярными в спортивных играх являются командные игры. Командные подвижные игры являются самыми сложными, где наряду с совершенным владением моторными навыками необходима высокоорганизованная тактика действий всей команды.

Особая ценность подвижных игр заключается в возможности одновременного воздействия на моторную и психическую сферу личности занимаются. Характер ответа двигательных реакций и выбора поведения в постоянно меняющихся условиях игры предопределяет широкое включение механизмов сознания в процессе контроля и регуляции. В результате совершенствуется процесс протекания нервных процессов, увеличивается их сила и подвижность, растет тонкость дифференцировок и пластичность регуляций функциональной деятельности.

Высокая эмоциональность игровой активности позволяет воспитывать способность контролировать свое поведение, способствует

появлению таких черт характера, как активность, настойчивость, решительность и коллективизм.

Игровые мероприятия способствуют гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата, так как все группы мышц могут быть вовлечены в работу, а условие соревнования требует от участников физического напряжения.

Игры способствуют нравственному воспитанию. Уважение к сопернику, чувство товарищества, честность в спортивной борьбе, стремление к совершенству - все эти качества могут быть успешно сформированы под влиянием подвижных игр. Таким образом, подвижные игры выступают в качестве эффективного средства физической подготовки. Так же подвижные игры способствуют воспитанию физических качеств.

Список использованной литературы

1. Адаптация организма учащихся к учебным и физическим нагрузкам / Под ред. Ф. Хрипков, М.В. Антроповой. - М.: Педагогика, 2002. - 240 с.
2. Апанасенко Г.А. Физическое развитие детей и подростков. - Киев: Здоровье, 1985. - 80 с.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: учеб. для студ. фак. физкультуры пед др.тов. - М.: Инфра-М, 2006. - 287 с.
4. Бальсевич В.К. Ваши дети. – М.: Физкультура и спорт, 1995.
5. Барков В.А. Педагогические исследования в физическом воспитании: Учебное пособие по курсу «Основы НИР» для студентов специальности п. 02.02. - «Физическая культура». - Гродно, 2005. - 68 с.
6. Билеева Л.В., Коротков И.М., Яковлев В. Подвижные игры: Учеб. пособие для ин-тов физической культуры. 4-е изд., Перераб.- М.: Физкультура и спорт, 1999. - 208 с.
7. Бутин И.М., Бутина И.А., Леонтьева Т.Н., Масленников С.М. Физическая культура в начальных классах. – М.: Изд. ВЛАДОС – ПРЕСС, 2001.
8. Вайнбаум Я.С. «Гигиена физического воспитания». – М.: Просвещение, 2001.
9. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.

10. Геллер Е.М. «Игры на переменах для школьников 1-3 классов». – М.: Изд. «Физкультура и Спорт», 1985.
11. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие. – М., 2000.
12. Головина Л.Л. Физиологические особенности некоторых функций и мышечной деятельности школьников. - М., 2003. - 197 с.
13. Годик М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1998. - 192 с.
14. Годик М.А., Бальсевич В.К., Тимошкин В.Н. Система общеевропейских тестов для оценки физического состояния человека // Теория и практика физической культуры. - 2004. - № 5-6. - С.24 -32.
15. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников. - Х., 1998. - 88 с. :
16. Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология: Учеб. пособие для студентов вузов. - М., 2005. - 80 с.
17. Жуков М.Н. «Подвижные игры» Учеб. для студ. пед. вузов. – М.: Изд. центр «Академия», 2000.
18. Концепция образовательной области «Физическая культура». – М.: Просвещение, 2001.
19. Коняхина Г.П. /Подвижные игры в системе подготовки учителя физической культуры. Учебно- практическое пособие/ Челябинск: Изд. Челяб. Гос. Пед. Ун-та, 2003.
20. Коротков И.М. Подвижные игры на занятиях спортом. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 116 с.
21. Кузнецов В.К. Возрастные особенности развития специальных силовых качеств у тех, кто не занимается спортом и лыжников-гонщиков 11-18 лет // Теория и практика физического воспитания. - 2001. - № 3. - С.12 -15.

22. Куприянов Б.В., Рожков М.И., Фришман И.И. «Организация и методика проведения игр с подростками: Взрослые игры для детей»: Учеб. – метод. пособие. – М.: Изд. ВЛАДОС.2001.
23. Лаптев А.П. Возрастные особенности организма // Физическая культура и спорт. - 2004. - № 8.
24. Лебедева Н.Т. Школа и здоровье учащихся: Пособие. - Мн.: Універсітэцкае, 1998. - 221 с.
25. Ломейко В.Ф. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры в IX классах. - Мн. Народна асвета, 1990. - 128 с.
26. Лях В.И. Координационные способности школьников. - Мн.: Пламя, 1989. - 159 с.
27. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. пособие для ин-тов физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 543 с.
28. Маюрова А.Н., Маюрова Я.А./В здоровом теле – здоровый дух: Учеб. Метод. пособие/ Педагогическое общество России, 2004.
29. Моисеева Т.Ю., Хрущев С.В. Физическая культура малыша. – М.: Физкультура и спорт, 1996.
30. Орешкин Ю.А. «К здоровью через физкультуру». – М.: «Медицина», 1990.
31. Основы математической статистики: Учеб. пособие для институтов физ. культ. / Под ред. В.С. Иванова. - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 176 с.
32. Семикоп А.Ф. Основы теории и методики спортивной тренировки: Учеб. метод. пособие для студ. факультете. физкульт. пединститут и университет. Училищ олимп. резерва по специальности. 03.03 - «Физическая культура». - Гомель, 2002. - 149 с.
33. Фарбер Д.А., Корниенко И.А., Сонькин В.Д. Физиология школьника. - М.: Педагогика, 1990. - 63 с.

34. Фарфель В.С. / Физиология спорта. Изд. «Физкультура и спорт» М.,1990.
35. Фомин Н.А., Филин В.П. Возрастные основы физического воспитания. - М.: Физкультура и спорт. - 2002. - 176 с.
36. Хрипкова Ф.Г., Антропова / Адаптация организма учащихся к учебным и физическим нагрузкам / - М.: Педагогика, 1982. – 240с.
37. Яковлев В. Игры для детей. - М.: Физкультура и спорт, 1995. - 158 с.